

كيف تحققين فائدة أكبر من وقتك؟

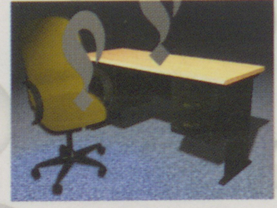
ابني يسأل كثيرا





تصدر عن شركة المعالم للاعلام والنشر - المملكة المتحدة
العدد الحادي عشر، شوال ١٤٢٣هـ/ ديسمبر ٢٠٠٢م







ابني يسأل كثيرا



- أسئلة ابني كثيرة، ولا أعرف كيف أتصرف معها، تضايقني أحيانا وتحرجني أحيانا أخرى .. ما العمل ؟! .

أبو حمود

- أسئلة الطفل نعمة من الله عز وجل .. وهو ابن طبيعي وقد بدأت فطرته تتفتح ليكشف ملكوت ربه في النفس والكون .. وهي حاجة نفسية تقتضيها طبيعة النمو العقلي والجسمي في حياة الطفل ..

خمسة أخطاء ينبغي تفاديها !!

١- اعتبار أسئلة الطفل أسئلة غريبة وغير مشروعة ، وهذا الاعتبار يؤثر على نفسية الوالدين ويجعل تعاملهما مع هذه الأسئلة تعاملا سلبيا .

٢- التهرب من الرد ينزع الثقة من الولد تجاه والديه .. ويترتب على ذلك عواقب سلبية تبدأ بالانطواء على الذات إلى البحث عن بدائل أخرى لاستقاء المعلومات والحصول على إجابات .

٣- الكذب على الطفل بدعوى صغر السن وعدم إدراكه للحقائق .. والطفل أذكى مما نتصور ، ويختزن كل الأمور في عقله وذاكرته .. ويوم يكتشف هذا الكذب تضيع ثقته في والديه.

٤- إظهار الحرج والتلعثم أثناء الإجابة قد تطبع في نفسية الطفل فكرة سلبية حول أسئلته ومواضيعها .

٥- قمع الطفل وإسكاته بالعنف قد يولد لدى الطفل إما انطواء وضعفا في الشخصية وإما عنادا حادا وعدوانية.

سبع قواعد للرد على أسئلة الطفل:



١. أجب عن كل سؤال يطرحه ابنك مهما كان .
٢. اختر الأسلوب والعبارات المناسبة لسنه وقدراته الإدراكية .
٣. استعد دوما للاستماع والإنصات لكلامه وأسئلته .
٤. أجب بسؤال عن سؤاله فإن هذا يدفعه للإبداع واستعمال الخيال النافع .
٥. إجابتك المستمرة تعني إغناء ذاكرة ومعلومات ابنك فاحرص على ذلك .
٦. كن لطيفا أثناء الإجابة ولا تنفعل .
٧. تأكد أن إنصاتك لأسئلة طفلك والرد عليها ينمي الثقة بينكما ويرفع معنوياته ...

حدثني المربون

تنظيم أوقات الإجازات

عزة بنت محمد العيسرية

تقول إحدى الأخوات :

رزقني الله بستة أطفال شغلوا وقتي بتربيتهم وخاصة في وقت الإجازات المدرسية سواء الخميس والجمعة أو الإجازات القصيرة أو الإجازات الصيفية، فهذه الإجازات من أصعب الأوقات التي تمر بها كل أم لأن هؤلاء الأطفال يملكون طاقة هائلة ولا يجدون متنفسا لها إلا في الصراع بينهم والطلبات المتزايدة والنوم وقضاء الأوقات أمام شاشة التلفاز، ففكرت في طريقة مناسبة لاستغلال هذه الطاقة فيما يصلحهم.

تقول أختنا:

فنظمت لهم برنامجا خاصا بأوقات الإجازة وكنت أجتمع بهم في الليل لأخبرهم عن ذلك البرنامج فكان كالتالي:

نستيقظ في الصباح لأداء صلاة الفجر ثم نقرأ القرآن في حلقة يشترك فيها كل أفراد العائلة وبعدما نكمل قراءة جزء من القرآن أحببهم لأداء ركعتي الضحى ثم نتناول طعام الإفطار معا ثم أكلف كل واحد منهم لتنظيف ناحية من البيت بحيث كل واحد منهم يكون العمل مناسبا لبنيته على أن يكون كل واحد منهم ينهي عمله في الساعة التاسعة تماما حتى أحارب الكسل والخمول وفي الساعة التاسعة أجتمع بهم في صالة البيت لنشكل حلقة علم يكون كل فرد فيها قد أعد لها مسبقا من الليل فأستفتح لهم الحلقة وأذكر لهم درسا بسيطا وعادة يكون الدرس مناسبا لسد حاجاتهم أو لحل مشكلاتهم ثم أطلب من كل فرد منهم أن يقدم ما حضره كل قدر مستواه وقبل بداية كل حلقة نناقش ما قدمناه في الحلقة الماضية ويكون في ذلك الوقت ابن السنة وابن الثلاث سنوات ما زالوا نائمين حتى لا يعرقلوا علينا خطة البرنامج ثم في التاسعة والنصف نوقظ الصغار ونقدم الحلويات البسيطة والبطاطس والعصير من أجل الترويح عن النفس ويستمر حتى الساعة العاشرة ويتخلله نقاش عن الإعداد في الحلقة القادمة ثم من الساعة العاشرة كل واحد يمسك مصحفه ليحفظ الآيات التي كلف بها ويقفل على نفسه الباب في غرفة ولا يخرج منها حتى يحفظ ثم أسمع لهم ما حفظوه وأربطه بالحفظ السابق وبعد التسميع لكل واحد من الأطفال له الحرية أن يلعب ما شاء من الألعاب المفيدة حتى صلاة الظهر وبعد صلاة الظهر نتناول معا وجبة الغداء التي ساعدوني في إعدادها وفي تقديمها وبعد وجبة الغداء أشاركهم في تنظيف الأواني والمطبخ وفي تنظيف إخوانهم الصغار وفي تبخير البيت وهم يفعلون ذلك بلذة بسبب الكلمات المعسولة التي يلقونها مني.

ثم كل واحد يمسك بقصة أو مجلة أو كتاب في سريره حتى يأتيه النوم فينام حتى أوقضهم لصلاة العصر وبعد صلاة العصر إما أن نخرجهم للنزهة أو يلعبون في فناء البيت حتى المغرب ثم يأتي وقت العشاء وبعد صلاة العشاء نجلس بمشاركة أبيهم في جلسة سمر يتخللها النصح والإرشاد وتصحيح الأخطاء التي نلاحظها تصدر من قبلهم وتعزيز الجانب الإيجابي وتكليفهم بمهمات اليوم التالي .

صَرْخَةُ جندي

أنيسة بنت مسعود الرواحي

أنت في أعماق قلبي .. نور من سلك الدروب الشائكة
بين كل العالم الحالم أنت الأسرة
قد شغلت القلب حتى .. مزقتهُ الذكريات
وتلاشت شمسه من بين أحضان الذكريات
أصبحت (ترنيمة المجنون) في قبو الرفات
أصبحت مأساتنا اليوم حديث الأمسيات
صَارَ فَجري مثلَ ليلي بعدما كان الحياة
ونحيبي .. مثَلَ أنشودة مَوْتي للطغاة ..
يا بلادي .. أدركيني ...
فأنا قد عدتُ وحدي ...
دونَ أقراني وصَحبي ...
دون أُمي الحَانية .. وأخي الهامد قربي ...
أدركيني ...
أين تمضى ليلة الغارق في برك الدماء ...
من سيُعلي رايةَ الحق كنجم في السماء ...
أين يختبئ الجبان من عَينيّ طفلي ...
هل ستَرجعِين يا حبيبةَ قلبي المحزون يا أغلى وصية ؟؟
يا دُموعا في العيون النرجسية ..
يا بلاداً دمرتها بُندُقية ..
يا بلاداً زَادَ من أوجاعها نذل حقير .. حينما سرق الهوية ..
أأنام الليل مَغتبطاً وأنتِ في هوان ؟؟؟





عزة بنت محمد العيسرية

كيف تحققين فائدة أكبر من وقتك؟

للوقت خصائص كثيرة منها أن كل الناس يعطون نفس المقدار في اليوم الواحد فالكل يحصل على أربع وعشرين ساعة في اليوم. ومن أهم خصائص الوقت أنه لا يمكن تعويضه فما مضى منه لا يعود ومع ذلك فنحن محاسبون على كل لحظة وتتفاوت إنجازات الناس بتفاوت وعيهم وحرصهم على استغلال وهذه بعض الخطوات و الأفكار لاستغلال وقتك في توطيد علاقتك بالله والدعوة إليه:

١. عندما تقومين بأعمال التنظيف والتلميع وترتيب البيت استغلي الوقت في مراجعة ما تحفظينه من كتاب الله أو مراجعة ما تحفيظنه من الأحاديث أو المتون .. وإلا فاستغليه في التسبيح والاستغفار و غير ذلك من صنوف الذكر .. وبذلك تكوني قد أنجزتي عملا باللسان بالإضافة إلى توظيف جوارحك في عبادة بدنية والله يجزل لك الأجر و الثواب.

٢. أثناء أداء عملك في المطبخ يمكنك في نفس الوقت سماع محاضرة واستيعابها بل وتدوين رؤوس أقلام حول الموضوع الذي يناقشه المحاضر وبذلك تجزين مهمتين في آن واحد.

٣. وأنت تتناولين وجبة الغداء مع الأسرة يمكنك طرح مسألة أو إثارة موضوع بأمر يتعلق بالآداب مثلا بحيث يشارك فيه الأطفال بمواهبهم، ويمكنك تكليف أحدهم البحث ثم سرد ذلك في نقاط موجزة .. فهي ليست محاضرة و إنما تزيين الجلسة وتذكير النفس و تذكير الأبناء بنعمة الله سبحانه وتعالى .. فيتناولون غذاء لأجسامهم وغذاء لأرواحهم و غذاء لعقولهم.

٤. بإمكانك أثناء وجبة العشاء مناقشة ما سمعتيه أو تعلمتيه أثناء اليوم مع زوجك بحضور الأبناء بحيث تكون مناوبة بينكم فيحضر أي فرد من أفراد الأسرة موضوعا أو طرفة أو فائدة أو قصة كبداية للسمر تزينين بها وجبة العشاء بحيث تكون خفيفة الظل مريحة للأعصاب من عناء الكدح في النهار.

٥. عند القيام بأي مهمة كانت في المنزل تذكري أنك تقومين بعبادة .. وفي الأثر ان عمل المرأة في بيتها لمدة ساعة خير من عبادة خمسين سنة .. فاحرصي أختاه على خلاص عملك لله فما لم يكن مخلصا لله لا يتقبل فالله سبحانه و تعالى أغنى الشركاء عن الشرك.

٦. عندما تزورك قريباتك أو تزوريهن فاحرصي على الدعوة إلى الله سبحانه و تعالى بالكلمة الطيبة وبالقدوة في امتثالك لأوامر الله ..فهناك بون شاسع بين من يهدرن أوقاتهن في اجترار الحديث عما لا طائل من ورائه وبين من يوظفن كل لحظة في طاعة الله.

٧. عند مبادلتك الهدايا لصويحباتك وجاراتك ورحمك احرصي على تضمين الكتيب السهل والشريط النافع وغيرها مما يخف حمله ولكن يبقى ثقيلا في ميزانك عند الله.. وحبذا لو تتخيري الموضوع للمناسبة فهناك الكثير مما يمكنك التفكير فيه فهناك أشرطة تربية الأبناء عند زيارتك للتهنئة بالمولود.. والأشرطة ذات العلاقة بالأسرة عند التهنئة بالزواج وغيرها كالأدعية و الأذكار التي قد تتناسب مع الأوقات الحزينة لما لها من أثر نفسي في التخفيف.

٨. عند السفر وركوب السيارة احرصي على تذكير زوجك و أبنائك بدعاء السفر لما له من بركة و أثر دنيوي و أخروي .. ولا تنسي استغلال فترة السفر في تنفيذ مسابقات بين الأبناء تكوني قد أعددتي لها مسبقا .. كأن تسابقي بين الأطفال في عدد التسابيح أو الصلاة على الرسول . صلى الله عليه و سلم . و غير ذلك على أن يحصل الفائزون على هدايا رمزية لا تكلف شيئا ولكن يبقى أثرها.



نخطط

لهذا الإصدار

لحظة وداع

ليتهم يعلمون

أم عاصم الدهمانية



إكرام الضيف من آداب الإسلام السمحة.. والإنسان بطبيعته الفطرية يميل لبني جنسه من البشر.. فالوحدانية لله تعالى.. ولكن للزيارات آداب ما أروع التحلي بها.. ولا أعني بذلك عدم ترحيبي بالضيف أو رفضي للزائرين.. ولا أقصد بحد الذات شخصي في هذا الموضوع.. ولكن لكي نسمو رقيا نحو مجتمع متقدم يراعي مشاعر (الناس.. ويرعى حقوقهم.. أخط سطوري المتواضعة تحمل بعض المواقف والتصرفات التي تقوم بها فئة من الناس ربما دون قصد الإساءة والتجريح.. ولكن من باب عدم العلم.. وكلنا خطاء.. وأحب الخطائين إلى الله التوابون.. وهذه بعض المواقف والإحداث أسوقها للقراء وقد تكون آلاما أباح بها بعض الناس إلي فوددت الإرشاد إليها..

١) تبلغ الساعة الثالثة نهارا.. وقد أوى أبو الفضل إلى فراشه ليرتاح من عناء يوم شاق.. وما كادت عيناه تلامس النوم حتى علا صوت الهاتف.. أنا أبو سالم.. والله عائلة أخوي كانت بالمستشفى.. وقلنا ما نفضل غيرك بالأجر..

وتقوم ربة البيت الفقيرة.. تجهز غداء لأهل الظهيرة..

وليتهم يعلمون.. كم من أسى يصنعون.

٢) جاءت الجارة للزيارة.. وعلى أم محمد أن تستعد وكأنها بتمر بجمارك إحدى الدول..(فالتفتيش دقيق).. الثلاجة وما حوت.. وتعال يا ولدي خذ اللي تريده.. أهل البيت كرام ما يبالون وللضيف يحترمون.. والفرن.. ما في قلبه من صحون.. نتذوق ما أحلى طبيخش يا خية.. ها الطبق شو مقاديره؟.. والخزانه تنفتح.. ونظرة نظرة للغرف.. وقبل الرحيل.. هذي سيارة صغيرة لوليدي أحمد.. وبالون المنيرة.. انزورش مرة ثانيه ياخية.. حق الجيرة (وبطاقة.. ياسعدك.. دقق على هذا البيت.. فوجد صالحا للعيش).

٣) أيام الامتحانات عصيبة.. وأم عبدالله صاحبة عائلة ثقيلة.. تريد تذاكر لأولادها.. وجرس البيت يعلن عن طارق..

زوار.. الوقت يمر.. وتحترق أم عبدالله بالعذاب.. السمر يطول.. والأولاد ينامون دون مذاكرة.. (أما ها هنا قاعدون)..

والله يرحم من عرف قدر الزيارة.. ليتهم يعلمون..كم من أسى.. يصنعون

٤) ما تصدق أولادها يروحون المدرسة حتى تبدأ جولتها المعتادة في تفقد أحوال الرعية.. والجيرة ودية.. في اليوم الواحد من أربع إلى خمس زيارات.. والناس ضاقت صدورهم من ها الجارة.. من بيت لبيت.. وما تفهم بالإشارة.. أما بيتها.. فالله يرحم دياره مو فاضيه للأولاد.. وصاحبها يكتوي بناره.. لا لقمة هنيّة.. ولايهدأ قراره.. وفي ليلة من الليالي.. النسيم عليل.. وجدها أبو الأولاد قاعده عالباب.. وبقلب تحله بشاير: تنتظريني.. أنتظر جارتي.. والليل يريد سماره.. وتاليها ياناس.. للصبر حدود.. تزوج عليها..وليتها تعلم.. أن لا ينفع الندم.

٥) علياء وخديجة جارتان عزيزتان.. ومن كثرة حقوق الجيرة.. دوم أبواب البيوت مفتوحه.. أكثر من سبع مرات داخلين طالعين.. من لبيت هذي.. وكأنهم في طواف أو سعي.. أما تبادل أغراض البيت.. فشغله فوق الطبيعية.. والله يرحم رجالهم اللي كل ما يعود واحد منهم لداره.. يجد جارته المصونه تلاقيه بالبشارة.. وكأنها ورقة من أوراق حظك يانصيب طالعته على كل ظهيرة.. وليتهم يعلمون.. كم من خطأ يرتكبون.. ورجاء.. بدون تكشيرة.

ودامت بيوتكم عامرة بالرضا.. والسكينة ويحفظكم رب الديرة.

ناصر بن محمد السيابي



لا يمكن ..

مكوّمة على جانب من السرير، نظراتها شاردة جفلى ..

تنتقض بين الحين والآخر متأوهة وقد بحّ صوتها .. (لا .. لا يمكن !)،

تنهال عليها صور عديدة مختلفة، ماضية وأخرى لم تأت، إلا أنها حتمية الوقوع نتيجة لما هي عليه ..

تصرخ: لا .. لا يمكن!

لا تحتمل أحدا يزورها، تدفن رأسها، أو تصرخ في وجه الزائر: لا .. لا يمكن!

شاردة مع نفسها من نفسها، تفكر - إن كانت تستطيع - هل يمكن أن ترجع إلى المستشفى صيدلانية جميلة، تأسر اللب وتجذب النظر؟ هل تستطيع أن تسرّح شعرها كما كانت مثل .. تصرخ: لا .. لا يمكن! تشدّ شعرها الأسود الفاحم الجميل، تحاول أن تلويه، تريده شعثا متلبدا .. تلطم وجهها .. تصرخ: لا .. لا يمكن!

تكلم نفسها: يا ليتني لم أتعلم، فيتزوجني - وأنا صغيرة - كهلٌ، أو جاهل ينشد الزوجة والولد ... فاشتغل به وببيته وولده بدلا من الدفتر والقلم والمجلة والفلم والفنانة وقصة الشعر والموضة .. تصرخ: لا .. لا يمكن!

هل يمكن أن أعود للحياة مرحة، سعيدة، أسرح شعري وأقصه على الموضة، وأنتقي الفستان والبلوزة ..

تصرخ: لا .. لا يمكن !

تكلم نفسها: أف من الموضة والكوافير..

وهل شقيت إلا لمّا عرفت الموضة والكوافير .. تصرخ: لا .. لا يمكن !

ثم تصرخ وكأنها لسعت: ثلاثة .. في وقت واحد .. عبيد .. أسود .. كريه .. عفن .. خشن .. يزداد صوتها المبحوح: لا .. لا يمكن!

تتساءل في صمت: لماذا؟ لماذا؟

وأنا الجميلة (تمدّ ياء الجميلة) الجميلـــة، ذات الشعر الأسود الفاحم، والجسم البض، الغزولة (تصغير غزالة أو تدليعها) آه آه ما فائدة الجمال؟

تصرخ: (ثلاثة .. في وقت واحد .. عبيد .. كريه .. لا .. لا يمكن !!)

ثمَّ تهدأ، تسترجع صورة ماضية: لقد استرحتِ يا عزيزة .. وشقيت أبد الدهر .. لقد تزوجك عامر .. فاستعذبتهِ واستعذبكَ .. وأنا أستعذبت جمالي .. وتدلّهت بفتنتي .. وتبعني من يسوى ومن لا يسوى وتعذّبت ..

تصرخ: (ثلاثة ... عبيد .. في وقت واحد .. مقرف .. لا .. لا يمكن)

تسكت، تكلم نفسها: (يا ليتني سمعت كلامك يا فاطمة، وأنا في آخر سنة: أيامها وإن تعلمت المرأة فمصيرها تكوين أسرة، وان كانت جملية فسترها الزوج ... وإياك أن تغتري بالجمال فتفقدي كل شيء.. تزفر .. يا للفضيحة يا للعار .. أوّلها الصديق .. وأخرها الحريق ..

ثلاثة .. عبيد .. في وقت واحد ... تصرخ: (لا .. لا يمكن)

تستعيد اليوم المشؤومة فيه ..

لقد خرجت الصبح في كامل زينتي .. داومت .. وكما هي العادة .. قبل انتهاء العمل بساعة مرّ عليّ صديقي .. تسكت .. ما معنى صديقي ، هل معنى .. لا .. لا أدري ..

تواصل كنت فرحة .. منتشية .. وأنا متحللة من القيود .. تعقب: (ياليتني مقيدة)، ثم تواصل .. هذه ليست أول مرة اخرج مع صديقي! تتوقف تتساءل: لكن ما معنى صديقي؟ بالتأكيد ليس معناه ... لا .. لا أدري ..

خرجت أشمّ هواء .. في الغابة والصحراء .. لكن هل كان يحبني حقا؟

تصرخ: (نعم .. نعم .. لا .. لا ..)

تصمت .. تواصل .. إذن لماذا لم يتملكني .. كما تملك عامر عزيزة، أخذها إلى البيت - لقد كان يسرقني .. تصرخ: (لا .. لا)

إنّ من يحب شيئا يتملكه .. لا يسرقه .. تصرخ: (لا..لا)

آهـ يا ليتني مثلك يا عزيزة ... فيحملني زوج .. في عينيه وسط الزغاريد والناس إلى مملكته .. لا إلى الصحراء والغابة مثل السارق أو الثعلب انفرد بدجاجة مغرورة ..

أف من هذه الحياة .. كلها لصوص قطاع طرق .. تصرخ: (لا .. لا)

الذي يمشي مستقيما تحت الضوء لا يتعرض له إلا الطيب بالطريقة الصحيحة وسط الناس والأنوار .. لكني مشيت في الظلمة مكتفية بجمالي .. مغرورة .. ليأخذني صديقي..

ما معنى صديقي .. لا أدري ؟!

لكن ثلاثة .. تصرخ وهي تتذكر المشهد (عبيد .. أسود .. كريه ..)

ربطوا صديقي .. ثم تصرخ : (لا .. لا يمكن)

تصرخ : ثلاثة .. عبيد .. أسود .. كريه .. تغيب عن الوجود .. وهي تستعيد الصورة المقززة المقرفة .. ثم تفيق ..! تفيق .. ويسقط نظرها على أوراق بجانب السرير .. تمدّ يدها تعبث بها ثمَّ لا تلبث أن تقرأها ..

الفاضلة ... تعقب ما معنى فاضلة ؟!

ثم تواصل القراءة:

يؤسفنا إبلاغك بإنهاء خدماتك ..

فالمستشفى لا يعترف إلا بالموظفين الملاك

تصرخ: (لا .. لا يمكن)

يدخل أبوها .. تدفن رأسها ..

يصرخ فيها: أنت لست ابنتي .. ولا أنا أبوك.

تتردد في جنبات المستشفى : (لا .. لا يمكن)

تشد شعرها، تلطم وجهها، تمزق ثيابها ..

يقرر المستشفى تحويلها إلى مصحة ابن سينا، لتعرضها لصدمة، أعقبتها حالة هستيرية، بعدما تعاورها ثلاثة شبان سود البشرة، ضخام الجثة، كريهو المنظر يغتصبونها في صحراء الولاية وقد ربطوا صديقها وضربوه ...

يخرجونها .. وهي تصرخ .. (لا .. لا يمكن)

ثلاثة .. عبيد .. أسود .. كريه .. مقرف .. لا .. لا يمكن، لا .. يمكن.

مرت بي في مرحلة الحياة أحداث كثيرة معظمها نسيت تفاصيله وكثير منها نسيته بالمرة، فلم أعد أذكر منه شيئا، لكن الذي أذكره ولا أنساه البته، أنك خطبتني رسميا في الثالث والعشرين من ربيع الثاني قبل ستة وعشرين عاما ومع أنك كنت بالنسبة لي سرا مغلقا لكني أصدرت موافقتي واتخذت قراري بسر مطبق فهم منه أبي أنك الرجل الذي أريد.

اتخذت قراري ولم أندم ولله الحمد لكني كنت أؤمل أن تنفتح لي مغاليق قلبك وتنكشف لي معالم حياتك وتتضح لي شرعتك ومنهاجك إذ بدون ذلك تصبح الحياة الزوجية الواضحة ضربا من ضروب المستحيلات لأنك قد تكلمني بأمر لا أفهمه أو تخبرني عن قضية لا أعرف جذورها فأحتاج إلى من يفك الطلاسم التي ما تفتأ تواليها علي في كل يوم، كانت أخر مرة ذكرت فيها هذا الأمر حينما قررت أن تنقل مكتبك الهندسي من منطقة إلى منطقة أخرى وكانت سالمة أخر من يعلم ، لم أزد في ذلك الوقت عن زيادة الود بيننا بكلمتي عتاب خفيفتين وما زاد جوابك عن قولك أن المعلومة التي تنفعني قد تضرني.

عذرا أيها الزوج الحبيب ما أنا بالتي تريد أن تستكشف أسرارك الخاصة أو تنقب عن تفاصيل حياتك المهنية ولكن يسوؤني أن تقلب أوضح الأمور إلى سر دفين تحرص كل الحرص أن تخبئه عني ويسوؤني أكثر من ذلك أن تخبئ عني أمرا ثم أكتشف أنه لم يبق أحد من أهلك إلا وهو على علم بأدق تفاصيله إلاَّ سالمة المسكينة.

أما إن سألت عن ما يولد في الكآبة والتوتر فهو أن أجلس مع جاراتي وتحكي كل واحد منهن عن زوجها نجاحه وإخفاقه سرائه وضرائه فإذا بحثت عن شئ أقوله - والحديث سجال كما تعلم - غابت عني الكلمات وما لها لا تغيب وأنا لا أعلم عنك شيئا البته، كنت وما زلت سرا مغلقا فقدت مفاتيحه ولا أحد يدري أي هي.

سـالمة



أعجبني مقال قرأته قبل عشر سنين يتحدث عن غريزة البحث عن المجهول وكيف أنها يمكن أن تستثير في الإنسان طاقات خفية إذا استثمرت فيما فيه جدوى وتحته طائل وكيف أنها في مقابل ذلك درب محفوف بمخاطر ومزالق نفسية لا عد لها ولا حصر إذا لم تكن منضبطة بضوابط الشرع الشريف.

وحتى أوضح لك ما ذكرته اسمحي لي أن أضرب مثالا يتكرر في حياتنا اليومية عشرات المرات ، لقد خرجت في الأسبوع الماضي في رحلة مع جمع من أصدقائي وإذا بحادث سير ذهب ضحيته شاب نعرفه وكان قبل سنين زميلا لنا في الدارسة لكنه للأسف مات ورائحة الخمر تفوح من فمه.

كنا سبعة أفراد في السيارة اشتغل معظمنا بالتساؤل عن المتسبب في الحادث وعن إجمالي الخسائر المتوقعة التي ستترتب على إصلاح السيارتين وتمادى البعض فأخذ يتساءل من سيوظف رئيس قسم بدلا من المتوفى، واستمر الحديث بحثا وتحريا وتنقيبا في قضايا جازما بأنها لا تقدم في حياتنا نحن السبعة ولا تؤخر.

ومن بين تلك الأكوام المتراكبة من الأحاديث التافهة والأسئلة الساذجة كان بعضنا يحاول باستحياء أن يوقظ أسئلة الاتعاظ والاعتبار وهو الأمر الذي فرض علينا شرعا أن نوجده في حياتنا.

وأعود بعد هذا كله لأؤكد ما ذكرته من قبل من أن المعلومة التي لا تنفعك قد تضرك، فما الذي ستجنينه من جلوسك إلي ساعات طويلة تتحدث عن أدق تفاصيل عملي أو حياة أصدقائي، ودافع المصلحة يحتم علي أن أسال نفسي ما الذي سأجنيه من سؤالك عن حياة فلانه وفلانه.

إن مساحة العمر محدودة جدا ومساحة الذاكرة أكثر منها محدودية فإذا لم نشغل أنفسنا بمعالي الأمور شغلتنا بتوافهها وإن في حياة المؤمن لشغلا يغنيه عن التنقيب في هذه القضايا.

سالم



نقاط صغيرة

وصلتنا هذه النقاط كما هي .. فنشرناها
كما هي دون أن نظفر بكاتبها..
فإليكموها.. ونرجو من الكاتب مراسلتنا.

من الواقع

تناثر الحوار حتى لم يعد حوارا ... في بعض الطرق المؤدية إلى مسارات مغلقة يعلق القلم في نقط تبدو للوهلة الأولى أنها خافتة بلا نور، ولكن رب شرر صغير يتحول إلى نار متوهجة.

١) تنافس من أجل الجمال:

نلتفت إلى وسط زحام المحلات المتكدسة والمترامية الأطراف أشكالا وأنواعا، منها نقطة يجول القلم حولها ... محلات التجميل .. سيدتي كيف تحافظين على بشرتك، محلات تستعيدي شبابك و...و... وتتلهف سيدتي الجميلة لتزداد جمالا وسيدتي الغير جميلة لتجني جمالا، ويتوه البصر وتحتار البصيرة ... كريمات لترطيب البشرة. كريمات لتبييض البشرة، كريمات لتحسين البشرة، كريمات لتجفيف البشرة، كريمات حمراء كريمات صفراء كريمات بيضاء.

وسيدتي تنفق وتلطخ .. ضاعت البشرة فلنجرب كريما آخر.

سيدتي الأخرى : بشرتي سمراء أريدها أفتح، والأخرى : بشرتي بيضاء أريدها أسمر قليلا.

ويا للبشرة المسكينة التعيسة تحولت إلى حقل تجارب للدعايا الكاذبة ذات المصلحة التجارية فقط.

٢) (وجعلنا الليل لباسا وجعلنا النهار معاشا) صدق الله العظيم

يشعر بالملل يشعر بالضجر، يا أخي تعال معنا نسهر فيما نسهر؟ .. سمعت عن فيلم جديد قيل عنه: في منتهى الروعة. يجتمع الأحبة في منزل العزاب، لا زوجة لا أسرة فلنسهر.

يا أخي عندي في الغد الباكر عمل، لا بد أن أنام.

ستنام .. ستنام يا أخي لا تكن مملا.

ويفتح الفيديو وتحملق العيون الناعسة ويسري الوقت، فيلم بعد فيلم ثم حكايات

ونكت ثم فيلم ثم حوار ثم ...

ويسحب الليل حتى أطرافه. الله أكبر... آه إني متعب، صلاة الفجر. دعني يا أخي أنم قليلا.

ضاعت الصلاة، ويمر الوقت ليأتي موعد العمل. يتثاقل ليلحق بالعمل الرسمي والعين محمرة منتفخة والرأس من ثقله كالحجر.. وهل نتعظ لا ... إنه روتين يومي فلنستمتع به قليلا فالعمر مضيعة.

٣) عندما تضيع المروءة:

هناك فتاة تقود السيارة التي خلفنا. لا تدعها تسبقك ..لا تخفف السرعة؟ لأضايقها قليلا. إنها تحاول أن تسبقك.

ذاك مستحيل، ويزيد السرعة، الفتاة محتارة، موعد قد ضاع زيارة مهمة فاتت شخص مريض في الانتظار، ماذا تفعل؟

انظر ماذا سأفعل الآن. ألقى بسيجارته من النافذة تناثر شررها أمامها ارتعبت ثم أكملت الطريق.

بئس الطريق الذي قطعته اليوم شباب ضيعوا علي موعدا مهما، وأنا ضيعوا علي فرصة توديع أمي، وأنا وصلت في موعدي متأخرة فخاصمني زوجي، وأنا .. وأنا ....وأنا.

وهو يلمح أخته يحاول أحد الشباب مضايقتها فيثور هائجا وينفجر غاضبا، ولو أنه فكر بأخته أو أمه لحظة عبثه على بنات الناس لسلمت الدنيا... فليتذكر كما تدين تدان.

٤) موديل نسائي رجالي:

موديل ظهر ... من أين ؟ لا يهم بنات حواء المهم أن تلبسه لماذا اخترع هذا الموديل ومن اخترعه أكفار أم يهود أم نصارى أم ... أم هل هو تنورة أم بنطال؟! بل الاثنان في واحد، تنورة واسعة فإذا مشت إذا به ينفصل من النصف إلى جزئين متحولا إلى بنطال، وعليه بلوز أو قميص قصير إلى الركبة، وتتباهى به بنت حواء بأنها آخر صيحات الموضة المستوردة تقليد أعمى.

٥) شباب يفسد على نفسه وغيره:

يدخل المكان لأول مرة لا يدري ممراته يحتاج إلى دليل إلى مساعدة هناك فتاة فلأسألها .. لو سمحت.. لم تسمح لم تجب لم تلفت تابعت الطريق وفي فكرها



شاب يريد العبث ولكنه كان في أشد الحاجة، تمتم متحسرا: لعن الله شباب العبث، أولاد الحرام لم يتركوا لأولاد الحلال شيئا.

٦) الشرطة في خدمة المواطن:

تخاصمه سيارته..تأبى الحراك في وسط الطريق، تتوقف به في منتصف المشوار. نزل يحاول دفعها إلى جانب الطريق. وتمر السيارات من أمامه كالريح، لا أمل في التعاون وهو في أشد الحاجة أن يساعده أحد، ويحمر وجهه خجلا وهو في وسط الشارع، ترمقه أعين المارة عين بعد عين.

هناك من بعيد سيارة شرطة قادمة، جاء الفرج الشرطة في خدمة الشعب.. سوف تتوقف لمساعدتي. ولكن خاب ظنه ومرقت الشرطة من عنده وغابت بعيدا. للأسف ..ربما منعتهم مهمة ما عن المساعدة ... لا بأس هاهي سيارة شرطة أخرى ... الشرطة في خدمة الشعب .. تقترب سوف تقف .. هل ستقف؟ لا أمل ، تمر كما مرت أختها. الشرطة في خدمة الشعب.

وهناك فتاة أوقفت سيارتها بجانب الطريق تنتظر صديقتها تلحق بها بعد قليل، رأتها سيارة الشرطة، فتتوقف لينظر هل هي في حاجة ما وتتوقف سيارة شرطة أخرى. هناك تكون الشرطة في خدمة الشعب فعلا.

٧) خواطر غريبة:

يا حبيبتي ويا عشيقتي ويا عذابي ويا ... ويا ...

ولمن هذه الكلمات وممن ؟ من صديقة إلى صديقتها، عجبا .. تقرأ خاطرة بتلك الكلمات والمشاعر الجارفة وأنت تظن بأن كاتبها شاب مراهق ولهان إلى عشيقته، فإذا بها من صديقة إلى صديقتها، ومن فتاة إلى أخرى هل هذه موضة جديدة هذه الأيام؟ أم ماذا حدث لبنات جنسي؟

٨) عندما يفسد (البعض) وقار المهنة:

أمامي في الطريق سيارة شرطة تمشي ببطء، أهو عمل رسمي يتطلب ذلك البطء؟ لا... بل هناك فتيات على جانب الطريق يمشين. وتنخفض سرعة السيارة حتى تكاد تقف، لتتبع أعين رجال الشرطة خطوات الفتيات حتى يبتعدن.

ألا هل بقليل من الحشمة والوقار ما يتناسب ولباس المهنة؟

حتى تستأنوا

جوخة بنت محمد الحارثية

كنت في مكتب أستاذ لأجل بحث لي، فإذا بالباب يدفع على مصراعه (لا يوجد له مصراعان)، وبدا كأن عاصفة ما توشك أن تستأذن، فإذا بها رجل أشعث أغبر عليه سيماء السفر لم يخطر على باله أن يستأذن، تراجعت إلى ركن قصي لأن الرجل أخرج من مكان ما آلة تصوير ضخمة سرعان ما صوبها نحو الأستاذ، وبعد أن انتهت موجة إعشائنا بالضوء، استرخى الرجل على الكرسي المقابل كأنه عاد لغرفة نومه أخيرا بعد يوم عمل مضنٍ.

كان الأستاذ ينضح دهشة، ولكن الرجل لا يملك الوقت الكافي لملاحظة ذلك فقد كان يلقي خطابا كالتالي:

((معك فرصة إلى الغد ليكون موضوعك جاهزا، وإذا تأخرت فسأضطر إلى تأجيل نشره إلى الأسبوع القادم، لا أريد أكثر من ورقة .. الخ .. الخ ..))

وحين استطاع الأستاذ أن يقتنص فاصلة قصيرة بين الكلمات، ركب صمتها محاولا تذكير الرجل بما اصطلح على تسميته بالبطاقة الشخصية، فضحك طويلا - كأنه سمع أن الحروب في العالم قد انتهت - ونطق اسما مخيفا أراهن أي قاموس على أن يأتي به، ثم أضاف له كلمة ((صحفي)) مما استدعى مراجعة معلومتنا عن هذه المهنة، والتفت لي فجأة لأغرق في وابل من الأسئلة تستدعي إعداد تقارير مفصلة عن حياتي منذ فرح والدي بمقدمي حتى اللحظة، ثم ظل محتلا للمكان والزمان بكل ثقة، حتى إذا ما أوشك على القيام - فأوشكت أساريرنا أن تنفرج - أمطر الأستاذ بوابل جديد من الأسئلة عن الموقع الجغرافي التفصيلي لبلاده، فخشيت أن يطالبه برسم خريطة لا بد من تسليمها إذا، وإلا...

عزيزي الأستاذ، عزيزتي الأصول، أيتها المجاملات، أيها ((الاتيكيت)) رحمة الله عليكم جميعا وأدخلكم فسيح جناته (آمين)

يجيب على أسئلتكم: سماحة الشيخ أحمد بن حمد الخليلي

- الذي يطلع على السنة النبوية الشريفة يجد تركيز كثيرا على أهمية اختيار الزوجة الصالحة والتي تتمتع بصفات عديدة ومن بينها الصفات الأربع التي ذكرها النبي صلى الله عليه وسلم في الحديث يقول البعض لكننا لا نجد مثل ذلك في ما يخص المرأة أي أن المرأة لم يذكر لها حديث لكي تختار زوجا مناسبا لها، فهل يعني أن المرأة لا يعنيها هذا الشأن وإنما يعني الرجل؟

- بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا ونبينا محمد وعلى اله وصحبه أجمعين أما بعد، فأن من نعم الله تبارك و تعالى على الإنسان أن خلقه خلقا يتميز بتشريف الله تبارك وتعالى إياه فهو مع مشاركته للعالم الأرضي من حيث الغريزة ومن حيث ما فيه من تجاذب وتدافع هو مشارك للملأ الأعلى بما جعل الله تبارك وتعالى فيه من طبيعة متميزة رفعت قدره وأعلت من شأنه فهو بما أتاه الله تبارك وتعالى من ملكات روحيه وطاقات نفسيه يستطيع أن يتحكم في غرائزه وأن يوجهها الوجه المنظمة، على أن فضل الله تبارك وتعالى على الإنسان جعل هذا الإنسان لا يضيق عليه من ناحية إلا ويوسع إليه من نواح فهو وان منع من أشياء وحيل بينه وبين أن يطلق لنفسه ما ترغب فيه منها أبيحت له هذه الأشياء نفسها.

من جوانب أخرى، فقد حرم الله تبارك الزنا بما فيه من المضار الكثيرة وأباح الله تعالى الزواج الشرعي الذي فيه متعه للجسد وراحه للنفس واستقرارا للروح وهدوا للبال وجعل كل واحد من الزوجين سكنا للآخر وقد امتن تبارك وتعالى بهذه النعمة العظيمة عندما قال: **(ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون)** وهذا يعني أن الله سبحانه وتعالى لم يجعل الإنسان كالبهيمة، حيث تتجذب وراء الغريزة من غير تقيد بقيود ومن غير انضباط لضوابط وإنما جعل الاستجابة لداعي الفطرة إنما يتم في حدود الفضيلة والشرف والكرامة والطهر لهذا الإنسان.

ولا ريب أن كل من الرجل والمرأة ذو عواطف وذو غريزة، فالرجل ينجذب وراء عواطفه والمرأة تنجذب وراء عواطفها، وقد جعل الله سبحانه وتعالى في المرأة مغريات شتى تغري الرجل بأن يحرص على الارتباط بها، ولكن هذه المغريات مهما كانت إنما روعي جانب واحد وهو الذي ينبغي للرجل أن يحرص عليه في المرأة وان يجعله المعيار لتفضيلها على غيرها وهو جانب الدين، فأن النبي عليه أفضل الصلاة والسلام عندما قال: (تنكح المرأة لأربع وذكر المال والجمال والحسب والنسب) قال بعد ذلك: (فاظفر بذات الدين تربت يداك) ومعنى ذلك أن الإنسان ينبغي له أن يحرص على أن يرتبط بذات الدين دون غيرها، فالجمال وحده إن لم يكن معه دين كان من مثابة الجسم الذي لا روح فيه كان جمالا ميتا فأن الدين هو الذي ينكح في هذا الجمال الروح، وكذلك سائر الأمور المغرية التي تدفع بالرجل إلى أن يرتبط بالمرأة كلها إن لم تكن مصحوبة بدين فهي لا تغني شيئا، أما الدين فلولا لم يكن معه جمالا حسيا ولو لم يكن معه شيئا من المغريات الأخرى حسب الإنسان أن يرضى به بما في هذا الدين من جمالا حقيقي باطني، من جمال روحي يكسب النفس الإنسانية قيمة ويرتفع بها عن الحضيض الأدنى الذي تتدنى إليه عندما تكون خالية من الدين، إذ الإنسان خلقه الله تبارك وتعالى من جسم وروح ولذلك كان فيه عقل وكان فيه شهوات فمن غلبت شهوته عقله كان شرا من الليلة العتماء، فمن غلب عقله شهوته كان خيرا من الملائكة وبهذه الناحية يتبين أن الخير كل الخير إنما هو بالتمسك بالدين وان الحياة إنما هي باتباع الدين ومن آثر الدين على كل شئ، من آثر دينه على شهوته فقد آثر عقله على شهوته لأن العقل هو الذي يدفع بالإنسان إلى الاستمساك بحبل الدين ولذلك يقول الكافرون يوم القيامة **(لو كنا نسمع أو نعقل ما كنا في أصحاب السعير)** فالعقل هو دافع إلى الاستمساك بالدين لأجل أن يتوقى الإنسان عذاب السعير.

ولأن كان الرجل مأمورا بأن يختار شريكة حياته متبينة مستمسكة بحبل الله فأن المرأة كذلك، لوحظت هذا النصح من قبل الرسول عليه وعلى اله وصحبه أفضل الصلاة والسلام، فالنبي صلى الله عليه وسلم وان كان لم يخاطب المرأة خاطب أولياء أمرها، فقد جاء في الحديث عنه صلى الله عليه وسلم (إذا أتاكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه إلا تفعلوا تكن فتنة في الأرض وفسادا كبير) والله تعالى المستعان.



جلسة سمر

أفضل النساء

سئل أعرابي عن النساء وكان ذا معرفة بهن، فقال: أفضل النساء: أصدقهن إذا قالت، التي إذا غضبت حلمت، وإذا ضحكت تبسمت، وإذا صنعت شيئا جودت، التي تطيع زوجها وتلزم بيتها، العزيزة في قومها، الذليلة في نفسها، الولود التي كل أمرها محمود.

زوجة أخرسها الوفاء

قال الأصمعي: رأيت بالبادية أعرابية لا تتكلم فقلت،لأهلها: أخرساء هي ؟! فقيل لي: لا ولكنها ذات صوت عذب رخيم وكان زوجها معجبا بصوتها وكان لا يحب أن يسمع صوتها الجميل أحد، ثم إنه توفي وفارق هذه الدنيا فأقسمت بالله ألا يسمع صوتها بعده أحد، وألا تكلم بعده أحدا، وفاء له، وحرصا على ما يحب.

زوجة همتها الآخرة

قالت امرأة لزوجها وقد رأته مهموما منشغلا عابسا:

مم همك ؟! أبالدنيا فقد فرغ الله منها ؟! (أي قد قدر الله مقادير الخلائق و أرزاقهم، فلماذا الهم والغم ؟!)

أم بالآخرة؟! (أي هل غمك وهمك لتقصيرك في طاعتك ربك وخوفك من عذابه، فزادك الله هما لها !! (أي اهتماما بآخرتك).

فاطمة بنت حمود الطوقية

رسالة إلى متبرجة

لما مرضت فاطمة الزهراء رضي الله عنها، مرض الموت الذي توفيت فيه دخلت عليها أسماء بنت عميس رضي الله عنها تعودها وتزورها قالت (فاطمة) لـ (أسماء: والله إني لأستحي أن اخرج غدا (أي إذا مت) على الرجال بجسمي من خلال هذا النعش، وكانت النعوش آنذاك عبارة عن خشبة مصفحة يوضع عليها الميت - ذكرا كان أم أنثى - ثم يطرح على الجثة ثوب ولكنه كان يصف حجم الجسم، فقالت لها (أسماء): أو لا نصنع لك شيئا رأيته في الخشبة ؟!

فصنعت لها النعش المغطى من جوانبه بما يشبه الصندوق ودعت بجرائد رطبة فحنتها ثم طرحت عليه (أي على النعش) ثوبا فضفاضا واسعا فكان لا يصف، فلما رأته (فاطمة) قالت لـ (أسماء): سترك الله كما سترتني قيل إن فاطمة كانت أول امرأة غطى نعشها في الإسلام على تلك الصفة .

أختـــــاه

أنيسة بنت على الحمدانية

تمر بنا الأيام .. وتعصف بنا الذكريات .. وتخطف منا أجمل اللحظات .. تبقى الذكريات ماضيًا حزينا .. نسطر بالآلام جراحنا .. وعلى صفحات صافية .. وعندما ينام الأنام .. ويغطي السكون السكون .. قد تعود تلك اللحظات الجميلة .. لكن لماذا توارت عن القلب .. معا تعاهدنا على الوفاء لنكن معا دائما .. ولكني أراك تواريت عني بعيدا .. وأن القلب شوقا .. أسمع الأنين .. وفجر بداخلي جروحا .. ظننت أن الأيام داوتها .. لكن الأيام أخفتها عني لأنني واريتها بنفسي لأنسى .. وأنى لي النسيان .. فالعزيز الذي ملأ الحياة بهجة وسعادة يتواري يومًا بعد يوم .. القلب يحن لدموعك .. ودموعك قد تحن لتلك اللحظات .. قد تطلبين أن تعود .. عودي نعم .. لكن عودي دموعا وفيَّة .. ولا تكوني خائنة .. فالقلب يحن لتلك اللحظات .. فلنعد اللحظات بدموع مخلصة وفيَّة .. فلتكوني وفيَّة .. لتكوني مخلصة .. ولتكوني مخلصة .. لتكوني حبيبة .. إنه جرح عميق ذلك الذي جرحتنيه .. كم من دمعة وكم من حرقة وكم من بسمة غابت في بحر من الدموع .. كم هو قاس ذلك القلب .. قلبك ...

((كلا فما قدرت حسن ودادي))

عندما يداعب النوم جفون العين .. تنام عيون نامت قلوبها .. وعيون ماتت قلوبها .. وعيون قست قلوبها .. وعيون سكنت قلوبها .. ولكن تبقى عيون ساهرة .. عيون تشتعل قلوبها بنيران العذاب .. عيون غاب النوم عنها .. عيون لا يداعب النوم جفونها وتتمنى أن يطول الليل ولا يشرق الصباح عليها .. عيون جفت دموعها .. فمن يعيد إليك يا قلب السكينة ويمسح عنك العبرات يا عين .. عيون وقلوب أرقتها وأسهرتها الذنوب والمعاصي .. تبحث عن من يواسيها في كل ليل مظلم .. فمن تقصد هذه العيون والقلوب غيره وهو المقصود .. ومن نرجو وهو وحده المعبود ...

أتـوب إليك ربي من ذنوبي   لتغفـر زلتي وتحط حوبي
قبيل دلوك شمس للغـروب   ألا يا نفس قبل الموت توبي

فإن الله تواب رحيم

تصوير: أحمد الشيباني

قتلتني الوحدة

شيخة بنت محمد الشقصية

قالت طفلة في السادسة من عمرها يوما لأختها: أنا أريد أن أموت فالتفتت الأخت الكبرى مذعورة سائلة إياها عن سبب قولها هذا، فأجابت الطفلة بلهجة البراءة التي تفيض من شفتيها ومن حديث نبع قلب صغير لا يعرف الكتمان والخداع: (لأنني لا أجد أحدا يلعب معي أو يحدثني فالجميع في المنزل مشغول، فأنت مع أعباء عملك، وأمي مع غسيل الثياب وطهو الطعام، وأخي في ملعب كرة القدم أو في المدرسة وأنا هنا وحيدة لا أحد يسمعني أو يلعب معي...).

تؤكد هذه الحادثة أن العصر الحديث وإن عالج كثيرا من مشكلات الحياة بإيجاده الآلات أو الوسائل الحديثة، لم يستطيع أن يجعل الإنسان يستغني عن أخيه الإنسان، بل جعل المسافة تتباعد بين الناس حتى وإن قربتها أسلكه الهاتف وعجلات السيارات، فما زال الشخص منا يحتاج إلى نفس تسمعه، تعيره أذنا، تهتم بشؤونه حينها يدرك أن هناك من يحبه ويحرص على أن يكون الصبر والتفاؤل نبراسه في حياته.

فما المانع من أن نخصص وقتا لمن حولنا لنشاركهم همومهم وآلامهم فيكون المجتمع مجتمعا متحابا إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالحمى والسهر، ونكون ممن فرج عن مؤمن كربة من كرب الدنيا.

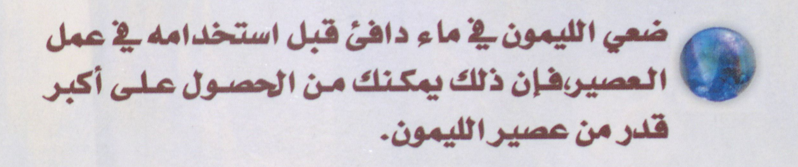


أسالي المجربة



إعداد: قسم الدراسات

يسـرنا تلقي تجاربكن على عنوان المجلة أو بريدها الإلكتروني



بعد تقشير البطاطا لا تلقي بقشره في سلة القمامة، بل يمكنك استخدامه في التخلص من الانتفاخ في الجفون وتحت العيون، وذلك بوضعه عليها بعض الوقت ثم اشطفي وجهك بالماء البارد.

ضعي الليمون في ماء دافئ قبل استخدامه في عمل العصير، فإن ذلك يمكنك من الحصول على أكبر قدر من عصير الليمون.

بعد غلي الترمس [1] لا تتخلصي من ماء الغلي الأصفر بل قومي بالاحتفاظ به لأنه يساعد على التخلص من قشر الشعر في فروة الرأس، وكذلك يضفي على شعرك ووجهك وبشرتك النعومة، ويعمل على تطرية فروة الرأس و لمعان الشعر وتفتيح لون الشعر وصنع الشعر الأبيض البسيط.

لكي تتخلصي من رائحة البصل بعد تقشيره، اغسلي يديك بماء دافئ ثم ضعيهما فوق بعض وادعكيها ببعضهما مثل غسل اليدين بالصابون ثم اغسليهما بالماء الدافئ والصابون فتزول الرائحة الكريهة.

لكي تحصلي على لون شعر جميل عن طريق استخدام الحناء، يمكنك عجن الحنة بماء النباتات بعد غليها، مثل ماء سلق الترمس وماء غلي الرمان وماء غلي الباذنجان الأسود وماء سلق الكركديه، وإذا أردت تلوين الشعر بلون مائل للاحمرار فيمكنك عجن الحنة بماء غلي قشر البصل و ماء سلق ورق العنب ثم تتركيها حتى تختمر ثم تفرد على الشعر وتترك فترة ثم يُغسل جيدا الشعر المصبوغ.

(١) نوع من إنواع البقوليات



إعـداد: أم هبة المعمرية





كنافة بالقشطة البلدي

المقـــادير:

- نصف كيس من الكنافة.
- علبة واحدة (قشطة بلدي) طازجة.
- جبنة موزاريلا واحدة غير مبشورة.
- خبز بالحليب كيسة واحدة.
- زبدة صغيرة الحجم (٢٠٠ جرام).

مقـدار القطر:

- كوبان من السكر.
- كوب واحد من الماء.

الطـــريقة:

ابدأي الطبخ بذكر الله عز وجل، وتذكري نعمه، ثم نقوم بما يلي:

- نفتت الخبز إلى قطع صغيرة بأطراف الأصابع بعد إزالة الجوانب الجافة منه.
- نخلط الزبدة مع الخبز حتى يصبح متماسكا مثل العجينة.
- نأتي بصحن الفرن ونفرش عجينة الخبز عليه، ونضغط عليه بأطراف الأصابع حتى تكون متساوية.
- ندهن فوقه القشطة الطازجة.
- نرش جبنة الموزاريلا مع الضغط عليه باليد.
- نصفّ فوقه الكنافة مع الضغط عليه أيضا.
- نغطي الكنافة بشرائح الزبدة الرقيقة حتى يتغير لونه إلى الذهبي عند الطبخ.
- ندخل الصحن في الفرن ونشعل النار في البداية من الأسفل فإذا نضج فنشعل النار عليه من الأعلى.
- نسكب الشيرة فوق الكنافة أو القطر.

وبالهنا والشفاء.

علامـــة استفهـــام

من النساء من تعتبر الحياة الزوجية نوعا من الهروب .. هروب من حياة إلى حياة .. فتصنع في مخيلتها لونا واحدا من الحياة الثانية .. هو لون الهدوء والطمأنينة والراحة التامة وتلبية كل المطالب والعيش في جنة دنيوية ..

هكذا تتخيل الحياة بعض النساء ..

فلا يضعن في حسابهن أن للحياة وجوها أخرى لابد من اعتبارها، من الهم والغم والفقر والنكد، وأعباء الأمومة، وخدمة الزوج، وحديث الجارات ..

وبهذا الخلط تنبع مشكلات جديدة .. تكون هي أول من يتحمل نتائجها السلبية ثم الزوج بعدها .. والأولاد بعد أبويهم.

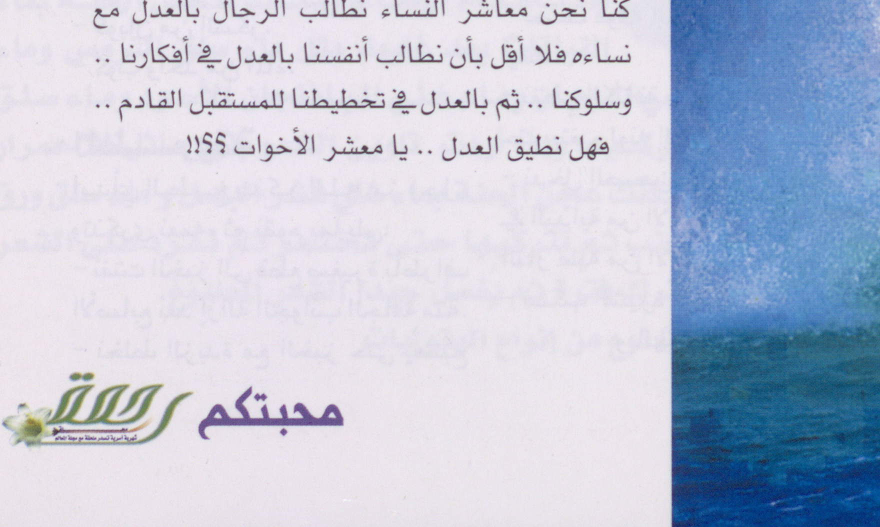
ولو كانت المرأة تضع الأمور في نصابها .. وتخطط لمستقبلها تخطيطا متوازنا لا شطط فيه ولا غلو .. لما وقعت في هذه الصدمات واللكمات .. ولعاشت كما تريد هي لا كما تريد المفاجآت ..

وهنا علامة استفهام :

كيف للمرأة أن تحقق التوازن ؟

نقول: بالعدل. فهو وضع الأشياء في موضعها .. وإذا كنا نحن معاشر النساء نطالب الرجال بالعدل مع نساءه فلا أقل بأن نطالب أنفسنا بالعدل في أفكارنا .. وسلوكنا .. ثم بالعدل في تخطيطنا للمستقبل القادم ..

فهل نطيق العدل .. يا معشر الأخوات ؟؟!!!



محبتكم

في الأسواق

تحليل متميز
لقصيدة عبرة ألم



شعر: هاشم الرفاعي
تحليل: محمد المعمري
إنشاد: أبي المهند العميري
إلقاء: بدر الشيباني
هندسة: عبدالله البلوشي

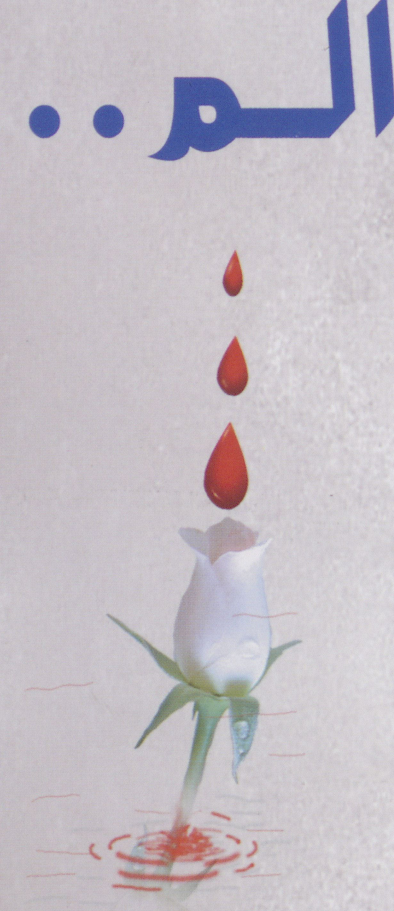
شريط سمعي

نفثات السحر الحلال..
اجتمعت هنا



- ألق الشعر
- لآلئ النثر
- الصوت الشجي
- الإخراج النقي

كتاب



إنتاج: المعالم

شركة المعالم للإعلام والنشر

كيف نحب أبناءنا ؟



شريط سمعي

لقاء مع الدكتور
مصطفى أبو سعد
استشاري المهارات الذاتية

- هل أنت متأكد من أنك تحب ابنك؟
- هل صرح ابنك يوما ما بأنك تحبه؟
- لماذا لا تعلم ابنك كيف يقول لا؟
- هل أدركت مدى أهمية المحبة؟
- هل تعبر لابنك عن المحبة؟
- ماهي أفضل طريقة للحوار مع الابن؟

- قصص واقعية
- مقياس علمي للمحبة
- وسائل علمية للتعامل مع الابناء
- خلاصة وافية للنظريات التربوية

إنتاج:



شركة المعالم للإعلام والنشر